



7がつのこんだてひょう

※青字は新メニューです♪



令和6年 中部保育所

月	火	水	木	金
1 (午前のおやつ0・1・2歳児) 麩の青のリスナック・お茶	2 かりかりいりこ お茶	3 人参プリッツ お茶	4 きな粉豆 お茶	5 野菜クラッカー お茶
ごはん 鶏肉のさっぱり焼き あらめの炒め煮 じゃこきゅうり 南瓜のみそ汁	ごはん 豚肉とつるむらさきの みそがらめ あっさりトマト ゆでとうもろこし 豆腐のすまし汁	ごはん 鶏肉の和風ピカタ はりはりなます 枝豆 なめこ汁 デラウェア	ごはん 魚のカレー塩こうじ焼き 高野豆腐の煮物 つるむらさきのごま和え 具だくさん汁	スタミナ丼 ひじきのマリネ チェリートマト しじみのすまし汁 セミノール
黒豆おにぎり パスチャライズ牛乳	韓国風ごはん 牛乳	五平餅 牛乳	米粉のチーズクッキー 牛乳	小松菜と豚肉の混ぜごはん 牛乳
8 麩のきな粉がらめ お茶	9 いちごヨーグルト お茶	10 煮昆布 お茶	11 もちもちおから お茶	12 弁当の日 粉ふき芋 お茶
ごはん 松風焼き 春雨の酢の物 ピーマンのツナ炒め なすのみそ汁	ごはん 厚揚げの中華煮 きくらげともやしのナムル ポイルアスパラ わかめスープ ぶどう	ごはん 鶏肉の照り焼き トマトサラダ (野菜たっぷりドレッシング) じゃが芋の煮物 しめじのみそ汁	ごはん 魚のコーンマヨ焼き 小松菜と切干大根のごま酢和え チェリートマト 油揚げのみそ汁 すいか	 お弁当は、火を通した料理を詰め、冷ましてから蓋をしましょう。 (食中毒の予防のため)
梅しそおにぎり パスチャライズ牛乳	とうもろこしおにぎり 牛乳	中華おこわ 牛乳	わかめおにぎり 牛乳	刻み昆布おにぎり 牛乳
15 海の日 	16 チーズ お茶	17 一日保育士 麩のココアラスク お茶	18 みたらし団子 お茶	19 誕生会 黒ごませんべい お茶
	ごはん ヤンニョムチキン風 和風サラダ 焼き南瓜 切干大根のみそ汁	枝豆ごはん 魚のねぎソース ごぼうサラダ なすのみそ炒め とうがん汁	ごはん ゴーヤみそチャンプルー アスパラのしそ和え 煮豆 麩のすまし汁	ごはん ハンバーグ グリーンサラダ フライドポテト 豆乳コーンスープ メロン
	じゃこおにぎり パスチャライズ牛乳	のりおにぎり 牛乳	ごま塩おにぎり 牛乳	米粉のココアパウンドケーキ 牛乳
22 みそスコーン お茶	23 きな粉マカロニ お茶	24 麩の黒糖がらめ お茶	25 煮豆 お茶	26 高野豆腐のしっとりラスク風 お茶
ごはん 豚肉のしょうが焼き かみかみサラダ なすの焼き浸し 小松菜のみそ汁	そうめん 鶏肉の梅みそ焼き オクラのおかか和え きゅうりの中華漬け すいか	ごはん 魚の衣焼き おからの炒り煮 キャベツの和え物 もずくのみそ汁	夏野菜カレー カラフルサラダ ベイクドポテト フルーツヨーグルト	ごはん 魚のラビゴットソース モロヘイヤのごま和え ゆでとうもろこし あさりのみそ汁
パエリア風ごはん パスチャライズ牛乳	夏野菜ピザ 牛乳	カルシウムたっぷりおにぎり 牛乳	米粉のスコーン 牛乳	さざえごはん 牛乳
29 ごまプリッツ お茶	30 カレークラッカー お茶	31 ゆでとうもろこし お茶	今月の目標  夏の味覚を楽しもう 箸の正しい持ち方を知ろう (3～5歳児) 梅雨に入り、じめじめとした日が続いていますね。暑さも日々増していきますので、こまめに水分補給をし、体調管理に気をつけて過ごしましょう。 今月は、トマトやなす、ピーマン、とうもろこしなどの夏野菜をたくさん給食に取り入れています。所庭の畑やプランターで育てている夏野菜も次々にできており、きゅうりを塩もみをしたり、ピーマンを炒めて食べたりしていますよ。23日の夏野菜ピザは、3～5歳児は畑で収穫した夏野菜を使ってクッキングをする予定です。 また、箸の持ち方については、ポスターや本の読み聞かせ、「オハシマン」の劇などを通して、分かりやすく伝えていきたいと思います。	
ごはん 厚焼き卵 納豆和え ピクルス えのきのみそ汁	ごはん 魚のガーリックパン粉焼き 昆布とキャベツの中華だれ 枝豆 春雨スープ	ごはん 肉じゃが そうめん瓜の酢の物 焼きパプリカ 厚揚げのみそ汁 パイナップル		
炒り玄米おにぎり パスチャライズ牛乳	鶏そぼろおにぎり 牛乳	モロヘイヤ団子 牛乳		

かみかみくんがやってきたよ！

6月の目標は「よく噛んで食べよう」でした。給食の時間にポスターを使って噛むことの大切さを伝えたり、かみかみくん人形と一緒に保育室へ行ったりしました。かみかみくんのバクバクする口を見ながら、指差しをしたり、「かみかみくん、食べるけん見といてー！」と言って喜んで食事をする姿がありましたよ。



かみかみくん

“とびうお”を見ました



ぶにぶにしてる～

島根県ではとびうおを『あご』と呼びます。先月は給食で『あごのつみれ汁』を食べた日に、本物のとびうおを触って観察してもらいました。羽を広げてみたり、目を触ってみたりしていた子どもたちです。「背中のかたくてお腹はやわらかいよ」「下にも羽がついてるね」と言いながらいろいろな発見をしていました。

